

Notiziario della Biblioteca di Gressan

# Gargantua





Notiziario della  
Biblioteca  
di Gressan

N. 2 • 2015

Pubblicazione trimestrale

**Direzione e redazione**

Biblioteca Comunale  
Tor de Saint Anselme  
Fraz. La Bagne n. 15  
11020 GRESSAN (AO)  
Tel. 0165 25 09 46

**Direttore responsabile**  
Davide Avati

**Autorizzazione del tribunale**  
di Aosta n. 14/97  
del 21.11.1997

**Impaginazione**  
Alessandro Lunardi  
Studio Pier Francesco Grizi

**Stampa** Imprimerie  
Tipografia DUC

**In copertina:**  
Tor de Gargantua 2015

# Eventi & manifestazioni

a cura di Comune, Biblioteca, Pro Loco, Espace Pila

## 26 LUGLIO

### Festa dei Pastori

*Pila - Plan de L'Eyve*



## 10 AGOSTO

### San Lorenzo

*Patrono di Pila*



## In questo numero

### Editoriale

Sommario

### Dalla biblioteca

Consigli per la lettura 4

Consigli per l'ascolto 8

Consigli per la visione 9

Gita Expo 10

Albero di Pasqua 11

Corso di cucito 12

### Salute&Benessere

Senso di giustizia 11

### Due chiacchiere con...

Salvatore Cazzato 15

### Dalle scuole

Infanzia Gressan - Progetti 17

Primaria di Gressan - Addio 18

Primaria di Gressan - Amico sangue 19

Primaria di Gressan - Inventare storie 21

Primaria Chevrot - Visita azienda agricola 22

### Scienza&Ambiente

L'energia 24

### Nouvelles des chez-nous

Mezzalama 28

Tor de Gargantua 32

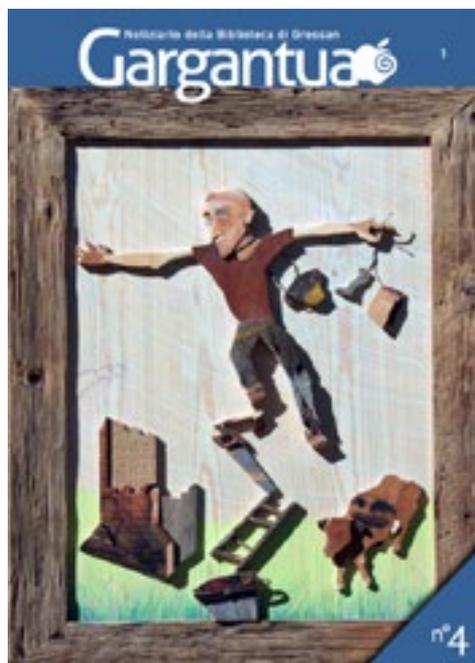
Trofeo Topolino 2015 34

### Amministrazione Comunale

Elezioni 35

# Passaggio di testimone

Davide AVATI



**Cinque anni sono volati via**, ed eccoci alla fine di questo percorso! è il mio ultimo editoriale come direttore del Gargantua, notiziario della biblioteca di Gressan che ogni tre mesi entra nelle vostre case per raccontarvi un pezzo di vita della nostra comunità. è stata una straordinaria esperienza di condivisione. In primo luogo, di condivisione delle responsabilità e del lavoro con tutti i componenti della Commissione di gestione della Biblioteca.

Nel primo editoriale da direttore, cinque anni fa, indicavo proprio questo come obiettivo: "il nuovo direttore del Gargantua sarà tutta la Commissione di gestione", scrivevo, e così è stato, davvero! Ho potuto verificare l'impegno e la passione da parte di tutti i miei compagni di strada in questa gestione condivisa del notiziario, e questo è stato il risultato per me più importante, che ha contribuito a costruire, numero dopo numero, un giornalino bello da vedere e interessante da sfogliare. Abbiamo fatto un buon lavoro, insieme, e di questo ringrazio davvero tutti: a partire dal sindaco, che cinque anni fa

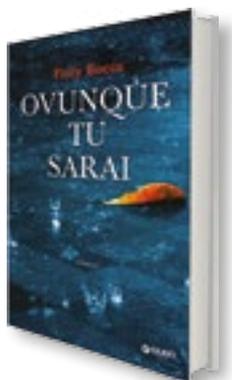
mi ha affidato questa responsabilità; e poi Stefano, Filippo, Nicoletta, Piera, Marisa, Paola, Nathalie, Susi, Emanuela e tutti i collaboratori (non li cito per non dimenticare nessuno) che hanno scritto, inviato foto, mandato suggerimenti. Grazie davvero.

Parlavo prima del Gargantua come una straordinaria esperienza di condivisione: la più importante è quella con voi lettori. Condivisione delle esperienze vissute dal nostro paese (feste, sagre, eventi sportivi, tradizioni), ma anche condivisione di un luogo, la nostra biblioteca, che diventa spazio per crescere come comunità. Di questo percorso, il notiziario della biblioteca è un piccolo ma prezioso strumento. Come tale, lo affidiamo alla nuova Commissione di gestione, sicuri che avrà verso di esso la stessa cura e la stessa passione che noi abbiamo speso in questi cinque anni.

E quindi buon lavoro al nuovo direttore e alla nuova Commissione di gestione!

# Consigli per la lettura

a cura di Nicoletta PAGLIERO



**OVUNQUE TU SARAI**  
di **Bocca Fioly** - (*Giunti*)

**Anita vive da tanti anni** a Torino ma è cresciuta sulle Dolomiti, dove il vento soffia sempre e l'aria è fresca, e dove di recente è costretta a tornare spesso per via della terribile malattia di sua mamma, che se la sta portando via velocemente. Per farle sentire tutto il suo amore, Anita scrive ogni sera una email per augurarle la buonanotte, dove però non racconta la verità. Non le dice che il lavoro all'agenzia letteraria non è entusiasmante come pensava, né che il suo fidanzato di lungo corso, Tancredi, è distratto, distante, stolido. Anzi, scrive che stanno programmando le nozze per dare il via a quella famiglia numerosa che Anita ha sempre desiderato. Durante uno dei viaggi in treno, Anita incontra Arun, un ragazzo italo-cambogiano, scrittore di libri per bambini, al quale basta guardarla negli occhi per leggere tutta la sua tristezza. Un incontro che la colpisce. Ma chi è Arun? Perché, anche se cerca di tenerlo lontano, qualcosa la riporta a lui? È forse questo il regalo che le ha lasciato in eredità sua madre?



**RACCONTAMI DI UN GIORNO PERFETTO**  
di **Niven Jennifer** - (*De Agostini*)

**È una gelida mattina di gennaio** quella in cui Theodore Finch decide di salire sulla torre campanaria della scuola per capire come ci si sente a guardare di sotto. L'ultima cosa che si aspetta però è di trovare qualcun altro lassù, in bilico sul cornicione a sei piani d'altezza. Men che meno Violet Markey, una delle ragazze più popolari del liceo. Eppure Finch e Violet si somigliano più di quanto possano immaginare. Sono due anime fragili: lui lotta da anni con la depressione, lei ha visto morire la sorella in un terribile incidente d'auto. È in quel preciso istante che i due ragazzi provano per la prima volta la vertigine che li legherà nei mesi successivi. I giorni, le settimane in cui un progetto scolastico li porterà alla scoperta dei luoghi più bizzarri e sconosciuti del loro Paese e l'amicizia si trasformerà in un amore travolgente, una drammatica corsa contro il tempo. E alla fine di questa corsa, a rimanere indelebile nella memoria sarà l'incanto di una storia d'amore tra due ragazzi che stanno per diventare adulti. Quel genere d'incanto che solo le giornate perfette sono capaci di regalare.





### LA DONNA DAL TACCUINO ROSSO

di **Laurain Antoine** - (Einaudi)

**Una molletta per capelli, una boccetta** di profumo Habanita, qualche vecchia fotografia, una bottiglia di Evian da mezzo litro, un fermaglio con un fiore di stoffa azzurro, una penna a sfera Montblanc nera, un paio di dadi rossi, tre sassolini sicuramente raccolti in luoghi significativi, un romanzo di Patrick Modiano con dedica, un portachiavi dorato con incisi alcuni geroglifici, un accendino, una ricetta delle animelle di vitello strappata da una rivista femminile, un burrocacao, una bustina di Efferalgan, un taccuino rosso con annotata una lunga lista di "Ho paura..." e una di "Mi piace..." Ecco cosa può esserci nella borsa di una donna, ed ecco cosa c'è in quella color malva che, un mattino, il libraio Laurent trova abbandonata su un marciapiede nelle strade di Parigi. La proprietaria, aggredita e rapinata da un ladro la notte precedente, si è rifugiata in un albergo poco distante. Prende una camera e si addormenta, convinta di non aver bisogno di cure. Il giorno successivo, però, il concierge la trova in coma e chiama subito i soccorsi. Contemporaneamente, Laurent comincia a sfogliare il taccuino della donna misteriosa. Rimane affascinato dai suoi pensieri, si perde fra annotazioni, sogni e ricordi. Gli sembra una pazzia, ma decide di cercarla. Da dove cominciare, però? L'unico indizio a sua disposizione è la dedica di Modiano, un vago "A Laure, in ricordo del nostro incontro sotto la pioggia" scarabocchiato sul frontespizio.



### IL TEMPO È UN ALBERO CHE CRESCE

di **Pulcher Luisa** - (Instar libri)

**Inverno: c'è da rastrellare il cortile.** E potare, estirpare, zappettare. Marzo: primi fiori, sboccia la primavera. Aprile, maggio: germogli, aria leggera, lotta alle erbacce. Arriva l'estate, innaffiare sì o no? E quanto, e come? Autunno: bacche, rose rifiorite, frutti maturi. Di nuovo inverno: crisantemi e calicanti, alberi spogli, ci sarebbe da rastrellare. Un anno in giardino, dodici mesi di convivenza quotidiana con fiori e piante da curare e talvolta trascurare, da raccogliere per il centrotavola, da cucinare o fare in gelatina, o semplicemente da guardare dalla finestra. Perché il giardino riempie la vita, dà in continuazione da fare e a volte vorresti quasi non averlo, ma è anche una ricorrente sorpresa, un compagno generoso che sopporta tentativi, umori e stagioni. Che ti ripaga con una profusione di fragranze e colori. Senza dimenticare le foglie secche.



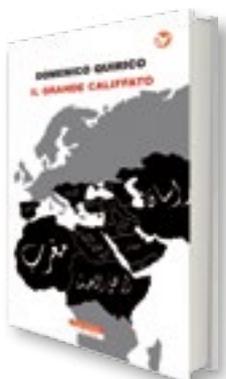


### LA TENTAZIONE DI ESSERE FELICI

di **Marone Lorenzo** - (*Longanesi*)

**Cesare Annunziata potrebbe** essere definito senza troppi giri di parole un vecchio e cinico rompiscatole. Settantasette anni, vedovo da cinque e con due figli, Cesare è un uomo che ha deciso di fregarsene degli altri e dei molti sogni cui ha chiuso la porta in faccia. Con la vita intrattiene pochi bilanci, perlomeno improntati a una feroce ironia, forse per il timore che non tornino. Una vita che potrebbe scorrere così per la sua china, fino al suo prevedibile e universale esito, tra un bicchiere di vino con Marino, il vecchietto nevrotico del secondo piano, le poche chiacchiere scambiate malvolentieri con Eleonora, la gattara del condominio, e i guizzi di passione carnale con Rossana, la matura infermiera che arrotonda le entrate con attenzioni a pagamento per i vedovi del quartiere. Ma un giorno, nel condominio, arriva la giovane ed enigmatica Emma, sposata a un losco individuo che così poco le somiglia. Cesare capisce subito che in quella coppia c'è qualcosa che non va, e non vorrebbe certo impicciarsi, se non fosse per la muta richiesta d'aiuto negli occhi tristi di Emma... I segreti che Cesare scoprirà sulla sua vicina di casa, ma soprattutto su se stesso, sono la scintillante materia di questo romanzo, capace di disegnare un personaggio in cui convivono, con felice paradosso, il più feroce cinismo e la più profonda umanità.

NARRATIVA ADULTI



### IL GRANDE CALIFFATO

di **Domenico Quirico** - (*Einaudi*)

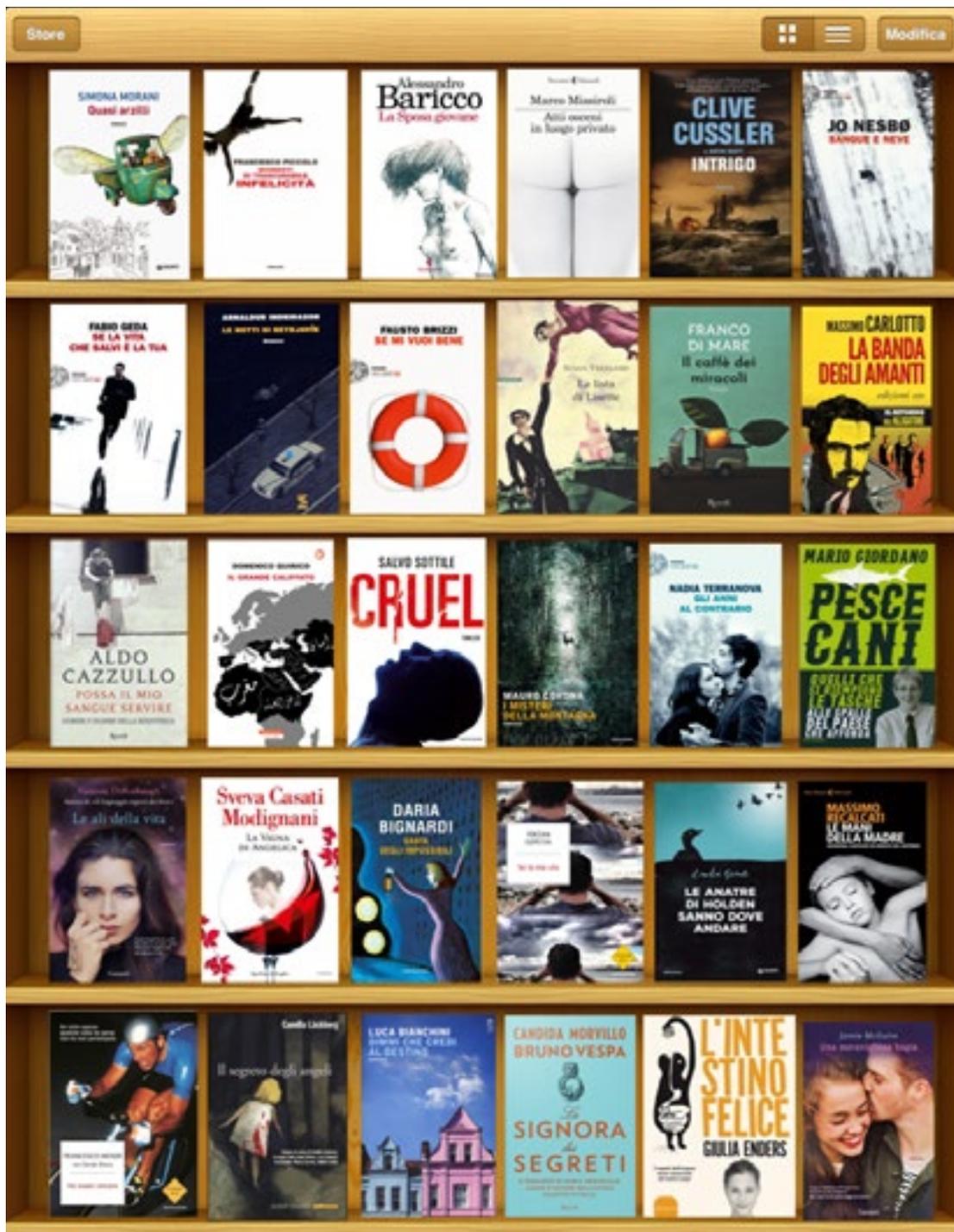
**Il giorno in cui, per la prima volta,** parlarono a Domenico Quirico del califfato fu un pomeriggio, un pomeriggio di battaglia ad al-Quesser, in Siria. Domenico Quirico era prigioniero degli uomini di Jabhat al-Nusra, al-Qaida in terra siriana. Abu Omar, il capo del drappello jihadista, fu categorico: "Costruiremo, sia grazie a Dio Grande Misericordioso, il califfato di Siria... Ma il nostro compito è solo all'inizio... Alla fine il Grande Califfato rinascerà, da al-Andalus fino all'Asia". Tornato in Italia, Quirico rivelò ciò che anche altri comandanti delle formazioni islamiste gli avevano ribadito: il Grande Califfato non era affatto un velleitario sogno jihadista, ma un preciso progetto strategico cui attenersi e collegare i piani di battaglia. Non vi fu alcuna eco a queste rivelazioni. Molti polemizzarono sgarbatamente: erano sciocchezze di qualche emiro di paese, suavia il califfato, roba di secoli fa. Nel giro di qualche mese tutto è cambiato, e il Grande Califfato è ora una realtà politica e militare con cui i governi e i popoli di tutto il mondo sono drammaticamente costretti a misurarsi. Questo libro non è un trattato sull'Islam, poiché si tiene opportunamente lontano da dispute ed esegesi religiose. È soltanto un viaggio, un viaggio vero, con città, villaggi, strade e deserti, nei luoghi del Grande Califfato

SAGGISTICA ADULTI



# Novità in biblioteca

a cura di Nicoletta PAGLIERO



# Consigli per l'ascolto

a cura di Paola PIZZIMENTI



## JOE COCKER, voce d'acciaio

**“Joe Cocker è stata una voce d'acciaio:** ha avuto una carriera di alti e bassi ma dal taglio “blues” semplicemente unico e inconfondibile”. Joe Cocker è noto per la sua voce roca ed energica, la sua grande energia durante le esibizioni e per le sue rivisitazioni di canzoni già famose.

Non c'erano grandi chance, a Sheffield, nel dopoguerra. O entravi in acciaieria o ti trovavi qualcos'altro da fare, meglio se remunerato. Lui aveva scelto la musica. A soli 15 anni, con il nome di Vance Arnold, era diventato un membro degli Avengers, poi dei Big Blues nel 1963, e infine della Grease Band, tre anni dopo nel 1966. Erano gli Swinging Sixties, con i Beatles a tracciare la rotta. E fu proprio una loro cover, “I'll Cry Instead”, dall'album “A Hard Day's Night” a caratterizzare il suo primo singolo.

Questo ragazzone del Nord, la voce come carta vetrata, riuscì a far sollevare qualche sopracciglio agli ingessatissimi critici inglesi dell'epoca. Ma ci volle la sua apparizione a Woodstock per lanciarlo a livello mondiale. Stimolato dalle frasi alla chitarra di Henry Mc Cullough, Joe uscì davanti ai 500mila e cantò “With a Little Help from My

Friends”, altra cover beatlesiana. Un'icona, poi ripresa in un'indimenticabile cover di John Belushi al Saturday Night Live.

E fu successo. Il suo tour con i “Mad Dogs and Englishmen”, fu l'evento assoluto dei primi anni '70. “Cry Me a River” e “Feelin' Alright” entrarono nell'immaginario collettivo e nel 1970, la sua versione live di “The Letter” dei Box Tops, raggiunse la Top Ten Usa.

Era arrivato. Ma ne scontò le conseguenze. Furono anni di alcol e droghe, col suo nome a farsi sempre più piccolo e a disperdersi nelle locandine. Finché negli anni Ottanta tornò alla ribalta grazie al duetto con Jennifer Warnes, “Up where we belong” per la colonna sonora del film del 1982 “Ufficiale e gentiluomo”. Un exploit da cui partì la seconda parte della sua carriera. Arrivarono al successo, totale, anche “You can leave your hat on”, che accompagnava lo spogliarello di Kim Basinger in “Nove settimane e mezzo”, e “What are you doing with a fool like a me” fino alle hit “Unchain My Heart”, “When the Night Comes”, “N'oubliez jamais”.

Negli ultimi anni viaggiava prevalentemente in Europa, come un vecchio signore inglese. Un nuovo, tardivo amore e il manager di sempre, Barrie Marshall, sembravano poterne rilanciare la carriera. Ed è stato così fino a quando un problema al polmone, quello che gli inglesi con straordinaria delicatezza, definiscono “undisclosed illness” e cioè malattia non scoperta, ne ha stroncato la vita.

Ma non, di sicuro, il mito.



# Consigli per la visione

a cura di Aldo MARRARI

## IL CENTENARIO CHE SALTÒ DALLA FINESTRA E SCOMPARVE

La vita media, almeno in occidente, grazie ai progressi costanti della medicina, si sta allungando sempre di più. Lo dimostra il fatto che i centenari stanno aumentando e non sono più così rari come un tempo: il titolo di questo film, tratto dal romanzo scritto dall'autore svedese Jonas Jonasson, "il centenario che saltò dalla finestra e scomparve" non può che incuriosire, perché se è vero che i vegliardi arzilli sono tra di noi, è anche vero che l'immagine richiamata dal titolo di un vecchietto che salta addirittura dalla finestra, quanto meno fa venire la voglia di saperne di più.

Il film è del 2013 diretto dal regista Felix Herngren, con protagonista Allan Karlsson, interpretato dal bravo attore Robert Gustavsson. Questi vive da solo, nella campagna svedese, con il suo gatto. Una volta lo priva della compagnia del suo animale preferito, e allora per vendetta, fa saltare in aria la volpe con della dinamite a cui ha legato dei wurstel. Dopo questo episodio, il novantanovenne viene trasferito in una casa di riposo. Il suo compleanno è imminente. Tutto è pronto per festeggiare i suoi primi cento anni. Ma a questo punto, Allan decide di scappare. E letteralmente scompare. Da qui in avanti il film assume una connotazione avventurosa, tra una valigia piena di soldi, e improbabili compagni di avventura, e un ispettore di polizia veramen-



te esilarante, Allan torna con la mente al suo passato in continui flashback, che ci fanno scoprire la sua passione per la dinamite, e come la sua presenza sia stata dietro ai fatti più importanti del secolo scorso.

Una commedia nera, con risvolti inaspettati, che fa capire come ad una certa età non ci sia più niente che sorprende, tutto è filtrato dalle esperienze di vita e dalle aspettative che sono pressoché inesistenti. E in questa condizione il presente assume tutto un altro significato.

Un viaggio quindi, nel passato e anche nella storia recente che tocca la seconda guerra mondiale, la guerra fredda, e la caduta del muro di Berlino... Un bel film, in uno stile nord europeo che si discosta dal nostro e dal cinema americano. Da vedere!

Buona visione



# Gita a EXPO 2015

Claudia DESANDRÉ

**Domenica 3 maggio 2015**, a pochi giorni dall'apertura ufficiale della manifestazione, un nutrito gruppo di persone è partito da Gressan alla volta di Milano, con il pullman messo a disposizione dalla biblioteca.

Il tour del mondo ricreato ad EXPO è incominciato dalla zona dedicata all'Italia, sorta lungo il Cardo. Cardo e Decumano sono le due vie principali lungo le quali hanno trovato posto tutti i padiglioni degli Stati partecipanti. L'Albero della vita, con i suoi suoni, colori ed effetti speciali, e Palazzo Italia, dove le bellezze architettoniche, paesaggistiche e culturali italiane rivivono in suggestive installazioni, meritano una visita.

La scelta di quali altri paesi visitare è ardua: in una sola giornata non è possibile visitarne molti...ci si deve affidare alla curiosità suscitata dall'architettura dei padiglioni stessi, dal personale che gentilmente accoglie i turisti all'entrata e da quanto ognuno di noi aveva letto e sentito su EXPO in precedenza.

Emirati Arabi, Messico, Austria, Brasile, Svizzera,



Giappone, Cina e Korea del Sud sono stati i padiglioni più gettonati...a sentire i commenti in pullman post gita!

Il territorio, il cibo e quanto ad esso collegato sono stati rappresentati ed interpretati fuori e dentro i padiglioni in modo singolare: le dune del deserto e il problema della captazione e desalinizzazione dell'acqua per gli Emirati, il mais e la migrazione di coloratissime farfalle per il Messico, il bosco austriaco a grandezza naturale e la grande rete interattiva che collega i tre piani del padiglione Brasiliano...è solo un accenno a quanto è possibile vedere ad EXPO. Anche i clusters, ovvero il raggruppamento di stati attorno ad un tema come il caffè o il cacao, hanno il loro fascino...qui è possibile ad esempio vedere le piante di caffè e cacao o assistere alla tostatura dei chicchi di caffè.

Occhio ai prezzi però...mangiare all'interno dei padiglioni è gustoso ma a volte non certo economico!

In conclusione, una visita ad EXPO non può mancare da qui ad ottobre, una giornata o meglio qualche giorno includendo una serata, per godere al meglio degli eventi organizzati per le serate e degli spettacoli di luci pensati per l'albero della vita e per i padiglioni in generale.



# Ho costruito un albero... di Pasqua!

**Sabato 28 marzo la biblioteca** ha organizzato una mattinata dedicata ai creativi. Sei curiosi e intraprendenti bambini, capitanati dalla bravissima Chantal Godio de "la tana creativa", hanno potuto creare con le proprie mani e un coloratissimo ed originale albero di Pasqua. Di seguito alcune delle loro impressioni:

• *"Mi è piaciuto pitturare l'albero e le uova. Ho imparato che per fare i fiori di carta basta piegare e tagliare un foglio in un angolo, che posso fare una passeggiata nel bosco per cercare rami da trasformare in alberi di Pasqua. Il corso è piaciuto tanto anche a nonna Eve e con mamma ho fatto un altro albero per le mie cuginette".* **(Julie)**

• *"Per Pasqua, Chantal Godio è venuta a insegnarci a fare l'albero di Pasqua. Ci ha portato dei rami, delle piccole uova, degli uccellini finti e colorati, delle pitture in barattolo, della lana colorata e della carta di riso. Con tutte queste cose abbiamo creato i nostri alberelli colorati. Mi è piaciuto così tanto che ne ho fatti altri 7 per tutti i parenti."* **(Davide)**

• *"Quello che più mi è piaciuto nel realizzare l'albero di Pasqua è stato: prima dipingere i ramoscelli di legno e poi addobarli con le uova di polistirolo verniciate. Mi sono divertita molto insieme agli altri bambini, anche perché ci siamo aiutati a vicenda durante l'esecuzione".* **(Maela)**



# Corso di ricamo

Le corsiste



**Il corso di ricamo** è stato per me una bella sfida. Principalmente perché ho messo a dura la prova sia la mia pazienza sia la mia vista! Ma grazie alla competenza ed alla precisione di Elisa, sia io che le mie colleghe di corso siamo riuscite a raggiungere buoni e inaspettati risultati. Sicuramente tra noi c'è chi già pensa a ricamare tende e tovaglie usando le varie tecniche apprese, altre hanno ancora bisogno di esercitarsi nei vari punti imparati. Anche questa volta la biblioteca comunale ha saputo proporre un'iniziativa interessante ed organizzata in modo ineccepibile. I nostri complimenti ad Elisa, che ha saputo trasmetterci entusiasmo e con la sua pazienza ha incoraggiato chi ha avuto non poche difficoltà: ricamare è un'arte e non

è alla portata di tutti. Grazie e arrivederci alla prossima edizione. Con una bella lente di ingrandimento, però!



## “Non è giusto...”

Il senso della giustizia dal punto di vista dei bambini

A cura di Susi PETIT-PIERRE, Psicologa e Psicoterapeuta e Paola PIZZIMENTI, insegnante di scuola primaria

### Come si costruiscono i concetti di ingiustizia nel bambino?

La giustizia, secondo la Psicologa Colette Pericchi, è uno dei concetti più difficili da definire ed acquisire, in quanto attiva la nostra soggettività. Nel periodo tra i 3 ed i 7 anni il bambino non vive ancora come ingiuste le ineguaglianze sociali, la guerra, la povertà... Il senso di giustizia e di ingiustizia non è una rappresentazione mentale, ma è vissuto nell'ambito familiare attraverso la rivalità fraterna, in cui si cristallizza sui vantaggi e privilegi supposti, concessi all'uno piuttosto che all'altro: “perché lui ha questo e io no?”. Il bambino è particolarmente sensibile a

questa “ingiustizia” in quanto la sente come una mancanza di amore nei suoi confronti da parte dei suoi genitori, come se l'amore gli fosse stato in qualche modo “rubato”. Perché il sentimento di ingiustizia è così forte a questa età? Cosa esprime il bambino in questo modo?

Questo sentimento esacerbato è connesso alla sua visione ancora egocentrica del mondo: fino ai 7-8 anni il bambino crede che gli adulti, in primo luogo i genitori, siano onnipotenti e capaci di dargli tutto ciò che vuole e al quale è persuaso di avere diritto. Il bambino vive secondo il principio del piacere e non ancora secondo il principio di realtà, per





cui tutto ciò che lo contraddice o lo frustra, è inesorabilmente vissuto come ingiusto. Per un bambino “l’aver” significa sostanzialmente anche “l’essere”. Nel tempo, imparando a distinguerli, diventerà capace di essere meno vulnerabile. Il bambino confonde infatti il concetto di “giustizia”, identificata nei genitori, con quello di “uguaglianza”. Quando viene proibito qualcosa di cui pensa avere diritto, è per lui come attaccare il suo “essere”: “non è giusto!” è dunque per lui il grido di rivolta contro l’autorità dei suoi genitori, dell’insegnante e della vita in generale.

Perché alcuni bambini sono più sensibili all’ingiustizia di altri e si rinchiodano nel ruolo di vittime e di infiniti paragoni?

Nell’ambito della stessa famiglia, i genitori evolvono, agiscono e si proiettano diversamente sul primogenito o sull’ultimo nato, senza averne talvolta consapevolezza. I bambini non sono quindi trattati allo stesso modo: ognuno reagisce pertanto in maniera più o meno eccessiva in funzione del proprio temperamento, per cui alcuni hanno bisogno di più attenzioni rispetto ad altri. È importante non perdere mai l’occasione di ricordare ad ogni bambino che lo si ama tanto quanto gli altri. L’amore dei genitori non si divide in parti più o meno piccole man mano che nascono bambini in famiglia, ma cresce con l’arrivo di ogni fratello o sorella. Tuttavia, quando un minore si sente sistematicamente ferito e triste, è utile ricorrere all’aiu-

to di uno Psicologo per individuare l’origine di questa insoddisfazione permanente.

Come fare capire al bambino che ciò che è giusto per uno non lo è necessariamente anche per l’altro?

L’atteggiamento dei genitori è l’aspetto primordiale necessario nella presa di coscienza progressiva del mondo e dell’altro. Sono essi che aiuteranno il bambino a comprendere, mostrandogli le “regole del gioco” sociale, che ha dei diritti ma anche dei doveri nei confronti degli altri e del gruppo, dei fratelli e delle sorelle, dei compagni di scuola... Acquisendo le nozioni di proprietà, del bene e del male, verso i 7-8 anni, realizzerà che non amerebbe che gli si faccia ciò che lui ha fatto subire agli altri. Quando i bambini vanno a cercare i genitori per “arbitrare” i loro litigi, piuttosto di dire loro “sbrigatevela da soli” è invece preferibile intervenire lasciando i bambini “belligeranti” esprimersi, ricordando loro le regole prefissate. Ogni bambino è unico e diverso da tutti gli altri, l’importante non è dare la stessa cosa a tutti, ma piuttosto di rispondere ai bisogni specifici di ognuno.



# Salvatore Cazzato: un artista polivalente

A cura di Emanuela NIEROZ, Susi PETIT-PIERRE e Marisa VIGON



**Nasce nel 1961 a Tiggiano in Provincia di Lecce,** un piccolo paese del Salento. Vive e lavora in Valle d'Aosta. Maestro scultore, Maestro mobiliere, pittore, design, grafico e fotografo.

Nel suo atelier progetta e realizza le sue opere, utilizzando materiali diversi quali il legno, l'argilla, il bronzo, l'acciaio, il ferro e la pietra. Le sue creazioni sono il frutto di riflessioni sulla vita e sull'essere umano, della propria immaginazione più intima e profonda, in una continua ricerca dell'equilibrio del colore, dei volumi e delle forme. Tempi e luoghi si sovrappongono, sfumano, intersecandosi in una metamorfosi nitida e pura,

dando vita a proiezioni del proprio sguardo in avanti, liberando una sorprendente visionarietà.

Salvatore ama la sintesi e preferisce alle parole l'utilizzo dell'immagine e dei materiali diversi per esprimere la propria sensibilità, i sentimenti più profondi, cercando la purezza e la bellezza in ogni sua opera.

Nella sua carriera ha attraversato varie fasi in cui è passato dalla progettazione e realizzazione di arredi in legno, alla creazione di pitture e sculture. Queste ultime, secondo Salvatore, toccano le corde più profonde, consentendogli maggiori capacità espressive. Egli da anni persevera nella ricerca dell'espressione di se stesso.



In questo senso ama definirsi Artista in quanto afferma che l'arte è il nutrimento dell'uomo.

Recentemente, in occasione della biennale di Palermo (febbraio 2015) ha avuto importanti riconoscimenti da esperti del settore della pittura, come José Van Roy Dalí, figlio del celebre pittore spagnolo Salvador Dalí, in cui viene elogiata la sua capacità di "fare immergere l'osservatore in una realtà differente dalla consueta, frutto di grandi riflessioni sull'essenza e il significato del disegno e della sua funzione narrativa".

Ancora, nel maggio 2015, in occasione della mostra in Piazza del Popolo di Roma, nella Sala del Bramante, è stato selezionato insieme ad altri duecento artisti. Il critico d'arte Paolo Levi riconosce "la sua grande capacità comunicativa, risultato di un'attenta ricerca tecnica ed espressiva. La partecipazione di Salvatore Cazzato all'evento romano è dettata dalla grande stima e

dall'attenzione rivolte al suo operato e alla sua eccelsa creatività".

Salvatore si definisce un artista che ama immergersi nelle sue opere in cui traspare il desiderio di lasciare una traccia che rappresenti la sua personale visione delle cose che lo circondano, lasciando un segno in cui lo si possa riconoscere nel tempo. Autodidatta per eccellenza, sin da bambino ha amato il disegno come espressione dei suoi sentimenti più profondi; egli non ha mai smesso di coltivarlo ed approfondirlo, cimentandosi appunto attraverso la pittura e la scultura, in una ricerca di purezza e bellezza.



# Alcuni dei nostri progetti...

Le insegnanti della scuola dell'infanzia di Gressan



**I bambini della Scuola** dell'Infanzia di Gressan Capoluogo sono stati coinvolti in diversi progetti durante questo anno scolastico.

Nel progetto di Educazione Stradale la Polizia Locale ha avvicinato i bambini alle prime regole su come comportarsi in prossimità delle strade, attraverso racconti, esperienze multimediali e un'uscita sul territorio. Ci hanno anche trasformati in vigili per un giorno!

Con Enrico Bandito, del gruppo musicale dei Tamtando, tutti i bambini hanno esplorato alcuni strumenti musicali di diverse parti del mondo, i bambini si sono inoltre esibiti in una lezione aperta con balletto e saggio di fine corso.

Grazie al corso di Basket offerto dal Comune di Gressan i bambini si sono molto divertiti con l'esperto Umberto Colombini.



# È l'ora degli addii...



**L'anno scolastico è ormai terminato** e, come sempre, un gruppo di alunni saluta insegnanti e compagni per una nuova "avventura".

È questo un passo importante, desiderato e forse anche temuto....ma necessario, perché si cresce e ad un traguardo raggiunto se ne sostituisce subito un altro da raggiungere.

Auguri quindi da compagni e insegnanti ai nostri bambini di quinta!

# “Amico Sangue” a Gressan per i bimbi delle quinte elementari

L'incontro organizzato dal Gruppo AVIS di Gressan - Stefano MERONI



È stata una mattinata ricca di esperienze ed emozionante per i bambini delle classi quinte delle scuole primarie di Gressan Capoluogo, Chevrot, Jovençan, Charvensod, Plan Felinaz e Pollein, quella trascorsa mercoledì 25 marzo

2015 presso la Sala Polivalente della Banca di Credito Cooperativo di Gressan.

Hanno infatti partecipato ad “Amico Sangue”, l'attività organizzata dal Gruppo Avis di Gressan per fare conoscere sia la donazione di sangue, in un modo semplice e diretto ai bambini della scuola primaria, sia l'aspetto del volontariato ed infine l'importante tema della legalità.

L'incontro, che è stato introdotto dal presidente di AVIS Gressan, Roberto Vilella, assieme al Sindaco Michel Martinet e all'Assessore ai Servizi Sociali, Michelina Greco, ha visto la partecipazione della dottoressa Franca Tusco, che ha illustrato le attività del Centro Trasfusionale per quanto riguarda la parte relativa alla donazione.

La problematica del volontariato è stata affrontata dal presidente dell'AVIS Regionale, Giancarlo Civiero, mentre per illustrare l'aspetto della



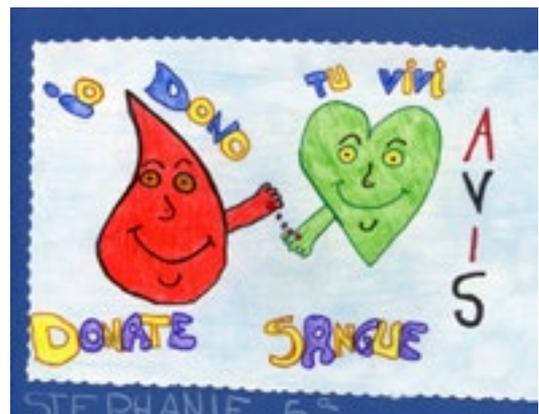


legalità sono intervenuti il Maresciallo Capo Christian Varone, comandante di squadra operativa della Guardia di Finanza, ed il Maresciallo Antonella Caramia, che hanno illustrato ai bambini le attività delle Fiamme Gialle, grazie al legame profondo che vede il gruppo donatori di Sangue della Guardia di Finanza parte proprio del Gruppo AVIS di Gressan.



Tutti i relatori, dopo una breve introduzione, si sono sottoposti di buon grado alle tante domande poste dai bambini, che hanno così potuto davvero prendere coscienza delle tematiche presentate.

In seguito, i bambini della classe quinta che avevano partecipato all'incontro, si sono dimostrati sensibili all'aspetto della donazione. Donare il proprio sangue è parso loro un gesto altruistico e generoso; hanno così voluto creare dei disegni-messaggio per nuovi donatori.



# Che bello... inventare delle storie

In classe, i bambini di seconda si sono cimentati scrittori lavorando in coppia per creare delle storie: eccone alcune.



## IL SEGRETO DI ANNA

**Tanto tempo fa** c'era una bambina di nome Anna che viveva in un bosco incantato. Anna aveva un segreto: sapeva parlare con gli animali di tutto il mondo grazie alla sua collana. Un brutto giorno arrivò una strega che le rubò la collana. Gli animali continuarono a parlare con Anna, ma non ebbero più risposte perché la bambina, senza la collana, non riusciva più a comunicare con loro. Anna era triste e piangeva spesso. Un giorno passò di lì una fata che le domandò perché piangesse. Anna le raccontò quello che le era successo. La fata decise di aiutarla. Con la sua magia imprigionò la strega, riprese la collana e la restituì ad Anna. Grazie alla fata, Anna poté ancora parlare con gli animali.

E tutti furono di nuovo felici e contenti.

*(storia e disegno di Elisa e Hélène)*



## IL RANOCCHIO CURIOSO

**C'era una volta un ranocchione** curioso con gli occhi grandi che saltava molto in alto. Un giorno il ranocchione decise di andare dall'altra parte dello stagno per vedere che cosa c'era. Vide che sull'acqua dello stagno erano cadute delle foglie. Gli venne allora un'idea: iniziò a saltare sulle foglie fino ad arrivare dall'altra parte. Quando arrivò sull'altra sponda dello stagno vide un bel bosco con gli alberi fioriti e un prato con tante margherite e altri fiori colorati. Entrò nel bosco e incontrò una volpe e un cane. I due facevano finta di essere buoni, invece erano cattivi. La volpe disse al ranocchione di saltare sulla sua schiena perché lo avrebbe portato in un posto stupendo. Il ranocchione si fidò, ma la volpe lo portò in una grotta. Fortunatamente dopo un po' arrivò un lupo che salvò il ranocchione portandolo fuori dalla grotta. Da quel giorno il ranocchione non si fidò più degli estranei.

*(storia e disegno di Maela e Didier)*

# Uscita didattica all'azienda agricola La Borettaz



**Mercoledì 15 aprile 2015** noi, alunni delle classi 1<sup>A</sup>, 2<sup>A</sup> e 3<sup>A</sup> di Chevrot ci siamo recati presso l'azienda agricola La Borettaz per assistere ad una attività di trasformazione del latte.

Abbiamo così imparato a fare il Reblec. Eccovi la ricetta: si scalda il latte a 36° gradi, gli si aggiunge il caglio e lo si lascia raffreddare per 45 minuti. A quel punto il latte si sarà solidificato e andrà mescolato con una frusta. Poi si versa in appositi stampi forati per permettere al siero di separarsi dal formaggio. Si ottiene così la classica forma fresca e delicata.

**Ecco alcuni pensieri degli alunni di classe terza:**

- Mi sono piaciuti gli animali. (*Samuele*)
- Grazie per averci accolto e per avere avuto pazienza; mi sono piaciuti molto i vitelli appena nati (*Arianna*)
- Mi è piaciuto fare il giro della stalla, in particolare vedere i tori. (*Chérie*)
- Grazie azienda "La Borretaz".  
A me è piaciuto fare il Reblec. (*Elisa*)
- La cosa che mi è piaciuta di più è stato visitare le mucche e i vitelli. (*Giada*)
- La cosa che mi è piaciuta di più è stato produrre il formaggio e mangiarlo: subito mi sembrava il primo sale ma era il Reblec. (*Noemy*)
- I vitelli appena nati erano davvero carini. (*Noah*)

**Ecco invece le impressioni dei nostri bambini della classe prima:**

- Mi è piaciuto tanto vedere le mucche. (*Sofia*)
- Mi è piaciuto avere tutti i miei compagni nella mia stalla. (*Martina B.*)
- Mi sono divertita a preparare il formaggio (*Stéphanie*)
- Mi sono piaciuti i tori e i vitelli (*Mattia*)
- Sono stata contenta di vedere le mucche e i vitellini (*Naïke e Giulia*)
- Le mucche mi sono piaciute tantissimo (*Eleonora*)
- Mi è piaciuto fare il formaggio (*Martina P*)
- Mi è piaciuto tantissimo il vitellino con la macchia nera (*Héloïse e Daria*)
- Mi è piaciuta tantissimo la stalla in legno (*Gilles*)
- Mi è piaciuto preparare il formaggio e vedere i vitellini (*Émily*)
- A me è piaciuto vedere tutti i vitellini e mangiare lo yogurt (*Nadir*)



# L'energia

Carlo ALBONICO



Il sole ci fornisce la maggior parte dell'energia che consumiamo.

**Riscaldare ed illuminare le case**, cucinare, adoperare gli elettrodomestici, camminare, viaggiare, lavorare, sciare,... richiedono un apporto di energia. Dall'età della pietra ai giorni nostri il fabbisogno energetico è aumentato a dismisura. Questo fabbisogno subì un'impennata nella seconda metà del XVIII secolo, a partire dalla rivoluzione industriale. Con l'insorgere di nuovi bisogni il problema dell'energia disponibile per il futuro è diventato di grande attualità e si è posto in tutta la sua gravità quando ci si è resi conto che non si poteva prevedere alcun limite all'aumento dei consumi, dell'inquinamento e delle emissioni di CO<sub>2</sub>. L'anidride carbonica non è un inquinante nel senso usuale del termine, ma essendo un gas serra è ritenuto il principale responsabile del riscaldamento globale della Terra (dalla combustione completa degli idrocarburi si ottengono sempre CO<sub>2</sub> e H<sub>2</sub>O). Oggi si stanno consumando soprattutto le riserve di energia non rinnovabile, come il carbone e il petrolio, che la natura ha generato nel corso di milioni di anni. Non sappiamo con precisione quando queste riserve si esauriranno ma, per nostra fortuna, ci vengono in aiuto le energie rinnovabili, come quella solare.

Il concetto di energia, pur essendo intuitivo, non è affatto semplice da spiegare. Ad esempio, Richard P. Feynman, premio Nobel per la fisica nel 1965,

afferma che «è importante tener presente che nella fisica odierna noi non abbiamo cognizione di cosa sia l'energia». Di certo sappiamo che l'energia si può misurare, può assumere tante forme e si conserva. Quando parliamo di energia è necessario specificare il nostro *sistema* in quanto le leggi fisiche cambiano a seconda che si tratti di particelle elementari, atomi, molecole o corpi macroscopici. Faccio un inciso, per *sistema* s'intende una zona di spazio limitata, o una porzione finita di materia, separata da ciò che la circonda. Tutto quello che è al di fuori del sistema viene detto *l'ambiente circostante*.

Le dimensioni lineari dei corpi possono variare enormemente, dall'infinitamente grande all'infinitamente piccolo. La stessa cosa vale anche per le velocità che vanno da zero fino alla velocità più elevata che si possa immaginare, quella della luce nel vuoto, pari a  $3 \times 10^8$  m/s. Uno dei problemi fondamentali della fisica è quello del moto dei corpi. La meccanica studia il movimento dei corpi (effetti) in relazione alle cause che lo determinano, cioè alle forze che possono agire sui corpi stessi. Schematicamente un corpo può essere: grande e lento, grande e veloce, piccolo e lento oppure piccolo e veloce.

Le nostre esperienze quotidiane, che hanno a che fare con corpi macroscopici e basse velocità, si basano sulle leggi della meccanica classica. In questo ambito esistono materia ed energia che obbediscono a leggi di conservazione. Il postulato fondamentale della meccanica classica è espresso dalla seconda legge di Newton:  $\mathbf{F} = m\mathbf{a}$ , dove  $\mathbf{F}$  è la forza che agisce su un corpo,  $m$  è la massa del corpo ed  $\mathbf{a}$  la sua accelerazione. Non c'è, in linea di principio, alcun limite alla velocità raggiungibile da una particella sulla quale agisce una forza esterna costante. L'energia meccanica è definita come l'attitudine, o l'abilità, di un corpo a compiere un *lavoro*. Quando spostiamo un oggetto da un punto ad un altro compiamo un lavoro che è dato dal prodotto della forza per la



componente dello spostamento nella direzione della forza. Se sosteniamo un sasso ad una certa altezza da terra esso avrà un'energia potenziale che, cadendo, si trasformerà in energia cinetica, o di moto. L'energia potenziale è una forma di energia immagazzinata che può essere totalmente recuperata e trasformata in energia cinetica. Per i sistemi e le forze conservative vale il principio di conservazione dell'energia meccanica: l'energia totale, data dalla somma dell'energia cinetica e di quella potenziale, si conserva. Esistono molte forme di energia, oltre a quella meccanica, come quella solare, nucleare, elettrica, ... Persino il calore è una forma di energia. Sappiamo che quando due corpi a diversa temperatura sono posti a contatto si verificherà un flusso di calore dal corpo più caldo a quello più freddo, fino a quando entrambi avranno raggiunto la stessa temperatura. Questo fenomeno dette luogo a molte indagini e all'inizio del XIX secolo veniva spiegato postulando l'esistenza in ciascun corpo di una sostanza, il calorico. Ad un certo punto divenne universalmente chiaro che il calore era una forma di energia piuttosto che una sostanza e Joule trovò sperimentalmente, nel 1849, l'equivalenza tra queste due forme. Helmholtz fu il primo ad esprimere l'idea che non solo calore ed energia meccanica ma tutte le forme di energia sono equivalenti e

che un dato ammontare di energia di una data forma non può scomparire senza che un eguale ammontare compaia sotto un'altra forma. L'energia, dunque, non si crea, né si distrugge, ma può solo trasformarsi da una forma ad un'altra. Due delle unità di misura dell'energia più note sono il joule (J) e la caloria (cal). Nel sistema SI (Système International d'Unitès) l'energia viene espressa in joule. In chimica si usa di solito la caloria o un suo multiplo, la chilocaloria (kcal):  $1 \text{ kcal} = 1000 \text{ cal}$ . Per definizione la caloria è la quantità di calore necessaria per aumentare di un grado, da  $14,5$  a  $15,5^\circ\text{C}$ , la temperatura di un grammo di acqua distillata. Sperimentalmente si è trovato che  $1 \text{ cal} = 4,186 \text{ joule}$ , che è l'equivalente meccanico del calore. Sappiamo che per viaggiare è necessario rifornire di carburante l'automobile. Nei motori a combustione interna l'energia chimica del carburante, miscelato con l'ossigeno dell'aria, viene convertita in energia meccanica, cioè in lavoro utile. L'energia chimica è una sorta di energia potenziale che si può liberare a seguito di una reazione chimica esotermica. Ma anche il nostro organismo deve essere rifornito di ossigeno e di un combustibile, cioè ha bisogno di respirare ed alimentarsi. Gli alimenti hanno una funzione sia plastica che energetica, dal momento che il cibo che mangiamo ci fa crescere e ci dà l'energia di cui abbiamo bisogno. L'ossigeno è necessario per ossidare le sostanze organiche semplici formate a seguito delle reazioni di idrolisi dei principi alimentari organici (lipidi, protidi, glucidi), liberando energia. Il potere calorifico di una sostanza è definito come la quantità di calore prodotta dalla combustione completa di  $1 \text{ g}$  di questa sostanza, in eccesso di ossigeno. Il potere calorifico dei lipidi e dei protidi è di circa  $4 \text{ cal/g}$ , quella dei glucidi di circa  $9 \text{ cal/g}$ . Il fabbisogno calorico giornaliero di un individuo varia in funzione dell'età, del sesso, dell'altezza, del peso, del tipo di lavoro, e una dieta regolare dovrebbe prevedere circa  $\frac{1}{2}$  di glucidi,  $\frac{1}{3}$  di lipidi e  $\frac{1}{6}$  di proteine.

Quando, però, i corpi sono molto piccoli, come nel caso degli elettroni negli atomi e nelle molecole, l'energia diventa quantizzata, cioè varia in modo discontinuo, per pacchetti o quanti di energia. Il concetto di quanto energetico fu introdotto da



Consumiamo molta energia elettrica.

Max Planck, nel 1900, per spiegare i risultati degli esperimenti relativi all'energia irradiata dai corpi caldi. La relazione quantica di Planck era  $E=nh\nu$ , dove  $n$  è un numero intero,  $h$  è una costante, nota come costante di Planck ( $h = 6,626 \times 10^{-34}$  joule secondo), e  $\nu$  la frequenza della radiazione irradiata. Tale concetto fu applicato da Einstein

nel 1905 per spiegare l'effetto fotoelettrico e da Niels Bohr nel 1913 per interpretare lo spettro a righe dell'atomo di idrogeno. In definitiva la meccanica classica si dimostrò inadeguata a descrivere gli atomi, i nuclei e le particelle elementari e venne sostituita da quella quantistica. Nel 1917 la matematica tedesca Emmy Noether dimostrò un importante teorema secondo il quale tra le leggi di conservazione e le simmetrie delle leggi fisiche c'è una relazione biunivoca. Un oggetto è simmetrico se dopo che l'abbiamo sottoposto ad una certa operazione resta uguale a prima. Ad esempio ruotando di  $90^\circ$  un cubo attorno ad un suo asse otterremo una conformazione indistinguibile da quella iniziale. Nel caso delle leggi fisiche si tratta, però, di trasformazioni continue, come le traslazioni temporali. Ma cosa significa questa invarianza? Significa, semplicemente, che se facciamo un esperimento in un dato luogo e ad un certo istante e poi lo ripetiamo tre giorni dopo,



Nell'LHC le collisioni tra protoni raggiungeranno i 14 TeV! Il TeV (Teraelettronvolt) è una unità di energia utilizzata in fisica delle particelle corrispondente all'energia di un elettrone accelerato da un potenziale di mille miliardi di volt.



L'energia sprigionata da un terremoto può essere devastante: scorcio di Onna (L'Aquila) dopo il sisma del 6 aprile 2009.

nello stesso luogo e nelle medesime condizioni ambientali, otterremo lo stesso risultato e, per il teorema di Noether, questa invarianza implicherà la conservazione dell'energia. Lo sviluppo della fisica quantistica dette origine alla meccanica ondulatoria di Schroedinger. I fenomeni ondulatori sono noti a tutti. Conosciamo molto bene le onde sull'acqua, le onde sonore, le onde sismiche, le onde luminose e le onde radio. Un'onda trasporta energia e mediante il movimento ondulatorio si può trasportare questa energia a distanze considerevoli. Le onde danno luogo a fenomeni di interferenza e diffrazione ma la luce ha anche un comportamento corpuscolare e può essere immaginata come un fascio di corpuscoli, detti fotoni, aventi una energia  $E=h\nu$ . L. de Broglie, nel 1924, fece l'ipotesi che un analogo dualismo onda-corpuscolo potesse esistere anche nel caso degli elettroni. Egli dimostrò che ad un elettrone di momento  $\mathbf{p} = m\mathbf{v}$  (dove  $m$  è la massa e  $\mathbf{v}$  la velocità dell'elettrone) poteva essere associata un'onda di lunghezza d'onda  $\lambda$  data da  $\lambda = h/p$ . I risultati sperimentali confermarono, successivamente, questa ipotesi. Poiché il valore di  $h$  è molto piccolo la lunghezza d'onda di de Broglie è praticamente zero nel caso di corpi macroscopici. Per i sistemi microfisici è impossibile conoscere simultaneamente con precisione la posizione e il momento di un elettrone per il principio di indeterminazione di Heisenberg espresso dalla relazione  $\Delta x \cdot \Delta p \approx h$ : il prodotto tra l'incertezza nella posizione  $\Delta x$  e quella nel momento  $\Delta p$  di un elet-

trone è dell'ordine di grandezza della costante di Planck. Questa relazione è priva d'importanza nella macrofisica a causa del valore molto piccolo di  $h$ . Il principio di indeterminazione viene spesso spiegato dicendo che vi è un'interazione inevitabile tra il sistema e l'apparecchio di misura. Dunque l'idea che una particella abbia una posizione ben definita non è più valida ed è stata sostituita dal concetto di probabilità. Schroedinger, nel 1927, formulò un'equazione d'onda per descrivere il comportamento degli elettroni. L'equazione di Schroedinger trae le sue origini dalle analogie teoricamente esistenti tra il comportamento degli elettroni, nei sistemi atomici e molecolari, e quello delle onde stazionarie, ad esempio quelle che si creano facendo vibrare una corda di violino. Quando la lunghezza d'onda associata ad una particella materiale tende a zero ( $\lambda \rightarrow 0$ ) l'equazione di Schroedinger dipendente dal tempo si riduce alla seconda legge di Newton. Ma esiste anche una relazione di indeterminazione energia-tempo analoga a quella posizione-momento:  $\Delta t \cdot \Delta E \approx h$ . In questo caso  $\Delta t$  è l'incertezza della vita media di uno stato eccitato di un atomo e  $\Delta E$  è l'indeterminazione di un livello energetico.

Finora abbiamo trascurato gli effetti relativistici. La trattazione non relativistica è adeguata quando le velocità delle particelle sono piccole rispetto a quella della luce  $c$ . Nel caso di particelle che si muovono a velocità comparabili con quella della luce queste leggi non sono più valide e devono essere modificate. Se le velocità  $v$  dei corpi sono molto piccole rispetto a quella della luce, cioè quando  $v/c \rightarrow 0$ , la relatività speciale si riduce alla meccanica classica. La relatività speciale si basa su due postulati: le leggi della fisica sono le stesse in tutti i sistemi di riferimento inerziali (postulato di equivalenza); la velocità della luce nel vuoto ha lo stesso valore  $c$  in tutti i sistemi inerziali. Le leggi della meccanica classica sono valide quando i sistemi di riferimento sono inerziali, cioè quando sono in moto relativo uniforme l'uno rispetto all'altro. Ad esempio, un sistema di riferimento solidale con la terra è approssimativamente inerziale, se si trascurano i piccoli effetti di accelerazione dovuti alla sua rotazione. Le coordinate e le velocità di un punto materia-

le, misurate da due osservatori inerziali saranno diverse ed in relazione tra di loro attraverso la cosiddetta trasformazione di Galileo, mentre le distanze tra due punti, le accelerazioni, le forze e il tempo corrispondente al verificarsi di due eventi saranno gli stessi per entrambi. La teoria della relatività speciale ha introdotto importanti modificazioni alla meccanica classica e la trasformazione di Galileo è stata sostituita da quella di Lorentz, che lascia invariata la velocità della luce in tutti i sistemi inerziali.

Non esiste un tempo assoluto, lo spazio e il tempo non sono più due entità distinte in quanto danno luogo allo spazio-tempo quadrimensionale. Anche le equazioni del moto di Newton sono state generalizzate per ricavare una legge della forza che non violasse il principio di equivalenza, ma questa generalizzazione ha modificato profondamente i concetti di materia ed energia. Una delle più importanti conseguenze della relatività speciale è che massa ed energia sono equivalenti:  $\Delta E = \Delta m c^2$ , dove  $\Delta E$  è la variazione di energia prodotta da una data variazione  $\Delta m$  della massa a riposo e  $c$  la velocità della luce. La massa non è altro che una forma molto concentrata di energia e una piccola quantità di massa può convertirsi in una grande quantità di energia. Il vecchio principio della conservazione della materia formulato da Lavoisier nel 1772, valido nel caso delle ordinarie reazioni chimiche, venne sostituito nel 1905 dal principio di conservazione della massa-energia.

Infine, nel caso di corpi molto piccoli e velocissimi, era necessaria una teoria che incorporava i principi della relatività e della meccanica quantistica: la teoria quantistica dei campi. Nel 1928 il fisico inglese Paul Dirac ricavò una equazione, combinando la meccanica quantistica con la relatività speciale, per descrivere il comportamento di un elettrone che si muove a velocità relativistiche. Questa equazione, che valse a Dirac il premio Nobel nel 1933, poneva un problema di non poco conto. Come l'equazione  $x^2 = 4$  ha due soluzioni ( $x = \pm 2$ ) anche l'equazione di Dirac aveva due soluzioni corrispondenti ad un elettrone di energia positiva (come vuole la fisica classica) e uno di energia negativa! Questo risultato fece presume-

re che ad ogni particella, come l'elettrone, doveva corrispondere un'antiparticella, nel nostro caso il positrone, con la stessa massa ma carica opposta. Alcuni anni dopo, nel 1932, i positroni furono scoperti nei raggi cosmici dal fisico americano C. D. Anderson!

Ma gli scienziati ritengono che esistano anche materia ed energia "oscure". A differenza di quella ordinaria la materia oscura, di cui non conosciamo ancora la natura, non assorbe, emette o riflette la luce, ma la sua presenza si manifesta per gli effetti gravitazionali che ha sulla materia visibile. L'energia oscura, che sembra essere associata al vuoto dello spazio, ha invece un effetto globale sull'intero universo, generando una forza repulsiva che tende ad accelerarne la sua espansione. Gli esperimenti condotti con l'LHC (Large Hadron Collider), al CERN di Ginevra, potranno forse un giorno dirci qualcosa di più.

Fin qui abbiamo parlato soprattutto di energia, ma non dell'energia disponibile che è tutt'altra cosa. Le leggi che governano la quantità di energia disponibile sono chiamate leggi della termodinamica ed implicano un concetto chiamato entropia, ma questa è un'altra storia.

	medi	croccanti:	
Energia	1901 kJ 453 kcal	855 kJ 204 kcal	10%*
Grassi	16 g	7,2 g	10%*
di cui acidi grassi saturi	5,6 g	2,5 g	13%*
Carboidrati	66 g	30 g	12%*
di cui zuccheri	28 g	13 g	14%*
Fibre	6,6 g	3,0 g	
Proteine	8,3 g	3,7 g	7%*
Sale	0,60 g	0,27 g	5%*
Tiamina (vitamina B1)	0,38 mg (35%**)	0,17 mg	15%**
Magnesio	82,3 mg (22%**)	37,0 mg	10%**
Ferro	2,9 mg (21%**)	1,3 mg	9%**

\* Assunzioni di riferimento di un adulto medio (8400 kJ/2000 kcal).  
\*\* Valori nutritivi di riferimento giornalieri per vitamine e sali minerali.  
Da consumarsi preferibilmente entro la fine vedi pattinella superiore.

Il cibo che mangiamo è la nostra fonte di energia.

# Gresaén al Mezzalama

Marie Claire CHABERGE



Il trio (Pieropan, Susanna e Cunéaz) alla discesa del Castore.

**È il festival delle cifre tonde:** 20, come le edizioni del Mezzalama; 150, come gli anni che sono trascorsi dalla salita sul Cervino (non scrivo “conquista” perché un caro amico mi ha fatto notare che le montagne non possono essere “vinte”...); quasi 800 gli alpinisti in gara, 260 le cordate... ed infine un numero tondo a me caro e che giustifica la mia firma ad un articolo prettamente sportivo. L'ultimo numero infatti è l'80, precisamente 1980, anno di nascita di tre partecipanti gresaén all'edizione 2015 della mitica maratona di scialpinismo. Stiamo parlando di Laurent Pieropan, Laurent Cunéaz e Marco Susanna, i quali hanno deciso di festeggiare così i loro 35 anni, condividendo un'esperienza sportiva unica. Alla linea di partenza troviamo altri due enfants du pays, Remo Gorraz (classe 1973) e Matteo Stacchetti (1981). Ad una settimana dalla gara, freschi freschi, ecco i loro commenti a caldo! Ma prima di lasciare spazio ai loro racconti e alle loro dichiarazioni, ecco una breve presentazione della scialpinistica per antonomasia: per festeggiare i 150 anni della Gran Becca, il percorso è stato effettuato all'in-

contrario, partendo da Gressoney e arrivando a Cervinia. 45 chilometri di sviluppo, 3500 metri di dislivello, una finestra meteo assai serrata... Questo sabato 2 maggio 2015 se lo ricorderanno in molti. Il percorso così concepito infatti è più duro, assai più impegnativo. I concorrenti ci hanno messo in media un'ora in più rispetto al “normale” asse Cervinia-Gressoney. Inoltre il forte vento ha rallentato le cordate, soprattutto nella prima fase: sono circa 60 le squadre eliminate al cancello del rifugio Sella. I nostri invece sono (quasi) tutti arrivati... Vediamo come e perché. I due Laurent e Marco hanno fatto, come detto sopra, cordata assieme. Per Susanna e Cunéaz si tratta della terza partecipazione al Mezzalama, mentre per Pieropan è il debutto. Laurent “Piero” e Marco condividono la passione per lo scialpinismo da 18 anni oramai; era il 1997 quando hanno iniziato a scalare neve e ghiaccio assieme al papà di Marco, Tranquillo. Laurent Cunéaz ha iniziato da circa nove anni. Ma è lui il caposquadra della compagine “Gressan 1980”, che ovviamente, nell'ordine di partenza, è il numero 80! Remo Gorraz ha condivi-

so la gara con Roberto Maguet e Andrea Collé; anche per Remo si tratta della prima volta al Mezzalama. La sua squadra ha gareggiato per la “Reale Mutua Assicurazioni”. Matteo Stacchetti invece può essere considerato il “veterano”, anche se è il più giovane! Questa è la sua quarta partecipazione alla competizione; i suoi compagni sono Fabio Pasini e Daniel Yeulla, gareggianti col nome “Team Karpos X”. Ricordiamo che Matteo nel 2011 è arrivato undicesimo, un eccellente piazzamento! Per rendere più agevole e simpatica la lettura, ho riorganizzato le loro dichiarazioni in una sorta di dialogo teatrale. Vi assicuro che non è tanto lontano dalla realtà. L'unico “esterno” è Matteo, che purtroppo ho potuto sentire solo al telefono.

**Prima domanda: perché fare questa gara?**

Laurent P. (il più entusiasta): Perché è una gara importante! E l'idea è venuta a me e a Marco al Tour du Rutor (marzo 2014, ndr), a cui avevo partecipato assieme. Perché non andare al Mezzalama assieme ad un terzo coscritto?

E così abbiamo chiamato Laurent!

Marco (il più filosofo): Faccio questa gara per-

ché è decisamente la più bella. In più questo nuovo tracciato, il percorso effettuato all'incontrario, mi intrigava. Laurent C. (il più professionale, lapidario): Un valdostano non può non partecipare al Mezzalama. Anche per me l'inversione partenza-arrivo rappresentava una sfida interessante. Remo (il più concreto): Il Mezzalama era il mio obiettivo, la conclusione di una stagione caratterizzata da partecipazione a gare “minori”. L'anno scorso ho iniziato a fare le prime gare, sempre “guardando” alla maratona più ambita. Sono stato contattato da due amici... ho accettato volentieri. Matteo (il più poeta): Ho fatto la gara perché sono appassionato di skialp e il Mezzalama è una gara molto bella, unica nel suo genere, sicuramente molto affascinante. Sono d'accordo con Laurent Cunéaz: per noi Valdostani è importante partecipare, è una gara “sentita”...

**Seconda domanda: come ci si prepara?**

Matteo (il più tecnico): Il Mezzalama si prepara durante tutta la stagione, facendo poi allenamenti più specifici nell'ultimo mese. L'allenamento è impegnativo, bisogna investire



Foto della compagine Reale Mutua Assicurazioni da sx verso dx Roberto Maguet, Remo Gorraz, Andrea Collé alla partenza.



Matteo Stacchetti.

tempo ed energie...

Laurent P. (il più avventuriero): Ecco, parliamo del tempo a disposizione! Io di tempo libero purtroppo ne ho davvero poco a causa del lavoro che faccio... e difatti, non lo nascondo, non mi sono preparato un granchè! Ho fatto qualche gara (l'Adamello, Monte Rosa Ski Alp, qualche notturna), ma non ho potuto pianificare un programma di allenamento specifico!

Marco (il più modesto): Anch'io ho fatto le gare citate da "Piero" e in più mi sono allenato al mio solito... sono arrivato preparato.

Laurent C. (il più regolare): La preparazione è la consueta, compatibilmente con gli impegni legati alla famiglia e al lavoro. Si parte alla domenica, si fanno dei "lunghe" in fuoripista... Una volta alla settimana, magari facendo qualche straordinario durante le vacanze.

Remo (il più convinto): Mi sono allenato parecchio, in maniera regolare; ero davvero contento della mia preparazione, sono arrivato pronto, soddisfatto. Avevo ottenuto dei buoni risultati alle gare a cui ho partecipato (Remo ha iniziato lo scorso anno a fare le prime gare; "ero stufo di fare il maestro di sci!").

### **Terza domanda: com'è andata la gara? Quali le sensazioni all'arrivo?**

I tre coscritti assieme: Benissimo!

Laurent P: Un senso di leggerezza all'arrivo...

Marco: Un gran risultato, il migliore finora...

Laurent C: Io ho patito un po' all'inizio, poi dal Sella in avanti è andato tutto liscio. È

stato bello oltrepassare la linea del traguardo coi miei coscritti.

Marco: Diciamo che avremmo potuto arrivare anche prima, solo che "qualcuno" doveva immortalare i momenti salienti o fare conversazione...

Laurent C: Lo stesso qualcuno che in discesa è partito come un missile senza mai guardarsi indietro...io avevo un rampone rotto e sono caduto un sacco di volte!

Laurent P: Devo dire che ho due grandi soci! Non si lamentano mai...e soprattutto si sono adeguati al mio passo!

Remo: I coscritti qui sono contenti: io un po' meno. La mia gara è stata una lunga sofferenza! Ho avuto problemi di stomaco, in particolare dal Canale delle Aquile in avanti. Al Sella un medico mi ha visitato e mi ha detto che sarebbe stato meglio lasciar stare. Invece ho deciso di non mollare, anche se è stato davvero difficile. Ad ogni tratto fatto i miei soci mi chiedevano come stavo... Stavo male, ma ho sono andato avanti. Il traguardo è stato una liberazione per me, un autentico sollievo!

Matteo:...mi sono accorto subito appena partiti che era una giornata no, speravo che le cose migliorassero passando il tempo, ma così non è stato, i compagni di squadra hanno cercato di aiutarmi, ma sotto il naso del Lyskam, abbiamo preso la difficile decisione di ritirarci...un vero peccato eravamo ancora 11 esimi...tanta delusione, ma lo sport è anche questo!!!

### **Quarta domanda: aspetti positivi e negativi di questa esperienza.**

Remo: La cosa grandiosa per me è che anche se stai male, anche se il tuo corpo "non gira" come deve, c'è la testa che ti fa andare avanti, che ti porta all'arrivo... Una dimostrazione di forza e di energia...La cosa negativa è che dopo tanta preparazione, ho sofferto tantissimo!

Laurent P. & C: Di brutto non c'è niente!

Laurent P. (quasi sentimentale): La cosa più bella per me è stato gareggiare con due amici, due coscritti. Il fatto di fare "cordata" ha un alto valore simbolico, rappresenta il legame che si



Il gruppo alla partenza da sx Laurent Cunéaz, Marco Susanna e Laurent Pieropan; l'ultimo a dx è Matteo Stacchetti, infiltrato della classe 1981.

può instaurare tra persone, a bassa e ad alta quota, nella vita di tutti i giorni o mentre si aggreggia contro il tempo!

Laurent C. (saggiamente): Dobbiamo ringraziare che nessuno dei tre è stato male, è andato tutto liscio.

Marco: Forse l'unico neo è il calendario... la data della gara è troppo in là, troppo tardi. Sciare a maggio non è il massimo!

Matteo: Gli aspetti positivi sono la bellezza dei posti che vedi durante gli allenamenti, le emozioni che provi durante il percorso, quando sei lassù, la collaborazione coi compagni di cordata. Condivido il pensiero di Marco, ossia il fatto di dover "pestare neve" a maggio, e anche la fatica nell'incastare questa passione col lavoro... Ci va così tanto tempo per prepararsi!

#### **Quinta (ed ultima) domanda: 2017? Che si fa?**

Laurent P: Se ho tempo a sufficienza per allenarmi decentemente...

Marco: ....Se trovo i soci...

Laurent C: ... è tutto da vedere... meglio esse-

re prudenti...

(nel mentre vanno a Barcellona, a pianificare il Mezzalama 2017! ndr)

Remo:...se riesco a prepararmi bene, con gare più lunghe, più in alta quota...

Matteo:... io invece adesso voglio pensare all'estate! Qualche soddisfazione in questa competizione me la sono presa. Ho voglia di mare dopo tutta questa neve! Ne approfitto per ringraziare i miei due compagni di squadra, Fabio e Daniel.

E, gettando uno sguardo alla classifica on line, che si può scaricare dal sito [www.trofeomezzalama.it](http://www.trofeomezzalama.it), troviamo un'altra cifra tonda: i tre "ottantini" sono arrivati cinquantesimi, in otto ore di scalate, discese, selfie, cambi pelli, digestione di panini, chiacchierate in alta quota e soprattutto tanta voglia di stare assieme! Agonismo in questo caso fa davvero rima con cameratismo, e la cordata sembra quasi una passeggiata, raccontata da loro... Sarà così per davvero???

# Tor de Gargantua: battuti tutti i record

Cadono i primati nella grande kermesse podistica di Gressan.

Stefano MERONI



**Una giornata stupenda di sport** e di amicizia incornicia l'edizione 2015 del Tor de Gargantua.

Di certo è stata l'edizione in cui tutti i record sono caduti, a partire dal primato maschile e femminile: Erik Rosaire ha infatti fatto fermare i cronometri a 32'35", migliorando il record precedente di 33'14", che peraltro deteneva lui stesso, per quanto riguarda la gara maschile, mentre in campo femminile Catherine Bertone migliora il precedente primato, di 39'43", stabilito anche in questo caso dall'atleta, nell'anno 2013, con un 38'49" di grande prestigio.

Di sicuro rispetto anche i numeri dell'intera manifestazione: in gara, infatti, 156 adulti, 47 ragazzi sui tracciati da 1 e 2 km, 9 i ragazzi per il percorso "lungo" di 5 km, e, grande speranza per il futuro dello sport valdostano, oltre un centinaio di "cuccioli" tra maschi e femmine.

"VIVA Aosta è stata presente anche quest'anno – ha commentato la presidente della Pro Loco di Gressan, organizzatrice della manifestazione, Monica Cunéaz - L'Assessorato regionale all'agricoltura e risorse naturali è stato presente all'Area

Verde di Les Iles con un stand per fornire informazioni e materiale divulgativo sulle aree protette regionali e sul progetto. L'iniziativa rientra infatti tra le attività promosse dal sistema VIVA Valle d'Aosta unica per natura, volte a promuovere la tutela della biodiversità, la fruizione e l'attività sportiva nelle aree protette, anche per le persone diversamente abili, e il benessere fisico legato alla fruizione stessa dell'ambiente naturale".

"L'iniziativa, una nuova occasione per vivere la riserva naturale attraverso un'esperienza dedicata allo sport. – ha concluso - La gara podistica, che attraversa la riserva naturale regionale Côte de Gargantua, è stata istituita nel 1993 e rappresenta un consolidato appuntamento sportivo primaverile, che da ben 39 edizioni richiama un gran numero di partecipanti."

"Come sempre la riuscita della manifestazione è stata una grandissima soddisfazione – ha detto, tra l'altro, la presidente – Un ringraziamento di cuore deve andare ai volontari ed alle associazioni vigili del fuoco volontari, ANA, Avis e Vélo club che ogni anno sono sempre pronti ad dare una



mano, alla collaborazione di Alberto, Mauro e da quest'anno anche di Davide per l'organizzazione, a Carlo per la musica e ad allo speaker Alessandro, alla famiglia Martino Bredy che, ogni anno ci sostiene con un contributo ed alla Alpigas che ha sponsorizzato il premio dei "cuccioli".

Nella giornata sono stati assegnati anche i seguenti trofei: Trofeo Alfonso e Roberto Garino al primo classificato maschile assoluto, Erik Rosaire, il Trofeo Emilio Brunello alla prima classificata femminile assoluta, Catherine Bertone, mentre il Trofeo Idea Bagno è andato a premiare la migliore prestazione giovanile, riconosciuta a Mathieu Brunod.



## Dal 12 al 14 giugno torna il Trofeo Topolino Calcio



Il "Trofeo Topolino Calcio" è in continua espansione. Dal 12 al 14 giugno, su 54 campi allestiti in 25 comuni della Valle d'Aosta, e con base logistica all'area verde di Gressan, saranno protagonisti circa 3800 giovanissimi calciatori di età compresa tra i 7 e i 13 anni, a indossare le divise di 250 squadre, provenienti da nove regioni italiane e sette Federazioni

straniere. Le sei categorie interessate - Esordienti 2002 e 2003; Pulcini 2004, 2005 e 2006; Piccoli Amici 2007/2008 - daranno vita a 950 incontri in tre giorni, con più di 1200 volontari coinvolti nella manifestazione dal Comitato organizzatore, presieduto da Renzo Bionaz. Protagoniste del Trofeo Topolino Calcio saranno 74 squadre valdostane; 3 calabresi, di San Giorgio Morgeto; una dall'Emilia, Ferrara; 38 dalla Lombardia - 2 da Bergamo, 1 da Brescia, 3 da Lodi, 7 da Monza Brianza, 20 da Milano, 4 da Pavia, 1 da Varese -; 62 dal Piemonte - 8 da Biella, 3 da Alessandria, 10 da Cuneo, 15 dal Canavese, 2 da Novara, 28 (comprese le femminili) da Torino, 2 da Verbania Cusio Ossola, 5 da Vercelli -; 3 dalla Toscana - 2 da Carrara, 1 da Firenze -; 1 dal Veneto (Padova). A queste si aggiungono 13 squadre da Federazioni straniere: 6 da Guadalupe, 2 dalla Russia (Mosca), e una da Bosnia, Slovenia, Malta, Portogallo e Stati Uniti.

## La Commissione uscente si congeda e ringrazia tutti!

Filippo BERLIER Presidente uscente della Commissione di gestione della biblioteca

In occasione del rinnovo dell'Amministrazione comunale, viene nominata anche la Commissione di gestione della biblioteca. Come Commissione uscente, nello stilare il bilancio degli ultimi cinque anni, vogliamo salutare chi ci ha seguito nel nostro percorso e ringraziare quanti (e sono veramente tanti) hanno contribuito alle varie iniziative promosse dalla biblioteca. Il progetto che abbiamo cercato di portare avanti ha avuto come obiettivo quello di fare della biblioteca uno spazio, fisico ed astratto, nel quale la comunità potesse riunirsi, potesse trovarsi ed accrescere il proprio senso di appartenenza. Abbiamo cercato di seguire, almeno in parte, il percorso intrapreso dalle precedenti Commissioni, a cui dobbiamo la riconoscenza di averci lasciato in eredità una realtà avviata e consolidata e, al tempo stesso, abbiamo provato a dare slancio ad iniziative inedite e a tracciare nuovi sentieri. Accingendomi a scrivere queste poche righe sono partito dal presupposto di esprimermi a nome di tutta la Commissione, ed in gran parte è così, ma vorrei innanzi tutto esprimere i miei personali ringraziamenti agli altri membri della Commissione che hanno condiviso con me questi cinque anni dando vita ad un gruppo eterogeneo, ma al tempo stesso affiatato. Grazie dunque a Davide, Emanuela, Marisa, Nathalie, Nicoletta, Paola, Piera, Stefano e Susi per aver dedicato il loro tempo,

sovente da dietro le quinte, alle attività della biblioteca. Un ulteriore apprezzamento va riconosciuto a Nicoletta, la nostra aiuto-bibliotecaria, e agli altri dipendenti comunali, che con il loro lavoro ci hanno coadiuvati con costanza, disponibilità e dedizione, attitudini sovente sottaciute o date per scontate. Ancora una volta va inoltre sottolineato il grande contributo fornito costantemente dall'intera comunità di Gressan, a partire dall'Amministrazione comunale, passando per le Associazioni che operano sul territorio (citandone una per tutte, la Pro Loco di Gressan), fino ad arrivare ai singoli cittadini: come più volte abbiamo potuto constatare e abbiamo cercato di evidenziare in questi anni, la comunità di Gressan costituisce un'enorme risorsa e riesce ad esprimere un forte senso di compartecipazione e aggregazione. Infine rivolgiamo il nostro più caloroso augurio di buon lavoro alla nuova Commissione di gestione della biblioteca di Gressan!



# Gressan, Michel Martinet confermato sindaco

La lista "Per-Pour-Pe Gressan" vince con il 56,87%;  
"Esprit Gressaen" prende il 43,13%



**Le elezioni comunali del 10 maggio** scorso si sono chiuse a Gressan con la riconferma per i prossimi cinque anni del sindaco Michel Martinet alla guida del paese. Al momento di andare in stampa ancora non si conosce la composizione della nuova Giunta comunale, della quale farà sicuramente parte Massimo Fiabane, eletto alla carica di vicesindaco. Per quanto riguarda i numeri, il 10 maggio hanno votato 2.047 elettori di Gressan (su 2.678 aventi diritto), con un'affluenza alle urne pari al 76,44%. La lista numero 1, "Per-Pour-Pe Gressan", che candidava Martinet e Fiabane a sindaco e vicesindaco del paese, è risultata vincitrice avendo raccolto 1.089 voti complessivi, pari al 56,87% dei votanti. La lista numero 2, "Esprit Gressaen - Gressan nel cuore", che candidava a sindaco Mirco Impérial e a vicesindaco Ingrid Brédy, si è invece fermata a 826 voti complessivi, pari 43,13%. Sulla base di questi dati, la lista

vincente ha eletto 10 consiglieri (oltre al sindaco e al suo vice), mentre alla seconda lista sono stati assegnati complessivamente 5 seggi. Per quanto riguarda la lista "Per-Pour-Pe Gressan", faranno parte del nuovo Consiglio comunale: Renzo Bionaz (eletto con 360 voti), Michelina Greco (272 voti), Andrea Berlier (237), Stefano Porliod (225), René Cottino (193), Lea Usel (165), Gabriella Savioz (152), Roberto Bonin (131), Piera Stivaletta (124) ed Erika Guichardaz (116).

Per quanto concerne invece la lista "Esprit Gressaen", entrano in Consiglio comunale Mirco Impérial e Ingrid Bredy (candidati a sindaco e vice), Sergio Russo (229 voti), Roberta Perret (203) e Roberta Rollandoz (162). La redazione di Gargantua augura a tutti gli eletti un proficuo e serio lavoro per il bene di tutta la comunità di Gressan.

